UNINASSAU UNINABUCO UNAMA UNG UNINORTE UNIFAEL

Grupo Ser Educacional

RELATÓRIO DE PRÁTICA

Siulane Silva do Nascimento/ 04166846

	RELATÓRIO DE AULAS PRÁTICAS ENSINO DIGITAL	**RELATÓRIO**
		DATA: ___12___/__04____/___2025___

RELATÓRIO DE AULA PRÁTICA: CINESIOLOGIA DOS MMSS

DADOS DO(A) ALUNO(A):

NOME: Siulane Silva do Nascimento	**MATRÍCULA: 04166846**
CURSO: Terapia Ocupacional	**POLO: UNAMA-MACAPÁ/AMAPÁ GARDEN SHOPPING**
PROFESSOR(A) ORIENTADOR(A): Francisco Farias Feitoza	

TEMA DE AULA: MÚSCULOS DOS MMSS

RELATÓRIO:

1. Descreva brevemente a importância da cinesiologia e biomecânica para a compreensão dos movimentos dos membros superiores, com foco especial na mão.

A cinesiologia e a biomecânica constituem pilares fundamentais para o estudo dos movimentos dos membros superiores, especialmente os da mão, pois proporcionam uma análise detalhada da interação entre músculos, articulações e tendões. A cinesiologia examina os princípios que regem os movimentos corporais, esclarecendo as funções musculares e articulares com precisão. Paralelamente, a biomecânica aprofunda-se na compreensão das forças, alavancas e vetores que operam em tais movimentos, incluindo a destreza dos gestos manuais e a aplicação de força em atividades distintas.

Um enfoque particular na mão revela-se imprescindível devido à sua complexidade funcional, abrangendo desde habilidades motoras finas, como a manipulação de objetos delicados, até ações que demandam maior vigor, como o levantamento de cargas. A elucidação desses mecanismos não apenas fomenta avanços significativos na área de reabilitação e medicina, mas também contribui para o desenvolvimento de tecnologias e equipamentos ergonômicos que aprimoram a capacidade humana. Dessa forma, essas disciplinas emergem como essenciais na evolução científica do estudo do movimento e no aprimoramento da qualidade de vida.

2. Relacionar a cinesiologia e biomecânica da mão com a terapia ocupacional, explicando a relevância do estudo dos músculos e articulações da mão para a prática clínica e terapêutica.

A cinesiologia e a biomecânica da mão são elementos cruciais na terapia ocupacional, pois oferecem um embasamento científico para compreender os movimentos, a força e a funcionalidade dessa estrutura complexa. O estudo detalhado dos músculos e articulações da mão possibilita a identificação de disfunções motoras e orienta intervenções terapêuticas precisas. Dessa forma, tais conhecimentos são indispensáveis para promover a reabilitação, otimizar habilidades motoras e restabelecer a autonomia funcional dos indivíduos na prática clínica ocupacional.

3. Identifique e descreva os músculos intrínsecos e extrínsecos da mão.

Os músculos da mão são classificados em intrínsecos e extrínsecos, com funções específicas que garantem sua versatilidade e funcionalidade. Os músculos intrínsecos, que se encontram inteiramente na mão, são responsáveis pelos movimentos finos e precisos dos dedos. Entre eles estão os lumbricais, os interósseos palmares e dorsais, além dos músculos da eminência tenar, como o abdutor curto, flexor curto e oponente do polegar, e os da eminência hipotenar, como o abdutor, flexor curto e oponente do dedo mínimo. Por outro lado, os músculos extrínsecos têm sua origem no antebraço e seus tendões se inserem na mão, desempenhando um papel essencial nos movimentos mais amplos e na aplicação de força. Nesse grupo destacam-se os flexores e extensores dos dedos, como o flexor superficial e profundo dos dedos, o flexor longo do polegar, o extensor dos dedos, o extensor longo e curto do polegar, e o abdutor longo do polegar. Juntos, esses músculos asseguram a capacidade da mão de realizar desde gestos delicados até tarefas vigorosas.

4. Explique o papel de cada músculo nos movimentos de flexão, extensão, abdução, adução, e rotação dos dedos.

Os movimentos dos dedos envolvem uma interação precisa entre músculos intrínsecos e extrínsecos. A flexão é executada pelos flexores superficiais e profundos, que dobram os dedos em direção à palma. A extensão, ao contrário, depende dos extensores dos dedos, que os estendem e afastam da palma. Na abdução, os músculos interósseos dorsais afastam os dedos uns dos outros, enquanto na adução, os interósseos palmares os aproximam. Já a rotação, menos frequente e mais sutil, é facilitada por músculos como os oponentes do polegar e do dedo mínimo, permitindo movimentos de oposição essenciais para a destreza manual. Essas ações coordenadas garantem a versatilidade funcional dos dedos.

5 . Inclua uma análise dos movimentos finos e grossos da mão, detalhando como diferentes músculos trabalham em sinergia para realizar atividades do dia a dia.

Os movimentos finos e grossos da mão refletem a sinergia complexa entre músculos intrínsecos e extrínsecos. Os movimentos finos, como escrever ou manipular pequenos objetos, dependem principalmente dos músculos intrínsecos, como os lumbricais e os interósseos, que permitem precisão e controle refinado. Já os movimentos grossos, como segurar uma ferramenta ou carregar objetos pesados, envolvem os músculos extrínsecos, como os flexores e extensores dos dedos, que fornecem força e amplitude. A integração harmoniosa entre esses grupos musculares possibilita a execução de atividades cotidianas, combinando destreza e vigor de maneira altamente funcional.

ser educacional	**RELATÓRIO DE AULAS PRÁTICAS ENSINO DIGITAL**	**RELATÓRIO** **DATA:** ___12___/__04____/___2025___

TEMA DE AULA: ARTICULAÇÕES DOS MMSS

RELATÓRIO:

1. Analise as forças e alavancas envolvidas nos movimentos da mão e dedos.

Os movimentos da mão e dos dedos envolvem o funcionamento integrado de forças e alavancas biomecânicas, essenciais para a funcionalidade e precisão. As forças geradas pelos músculos intrínsecos e extrínsecos atuam em conjunto com os sistemas de alavancas formados pelos ossos e articulações. Nos movimentos de flexão e extensão, os tendões desempenham o papel de componentes ativos das alavancas de primeira e terceira classe, promovendo equilíbrio entre força e amplitude. Já na abdução e adução, a atuação das forças depende da coordenação entre músculos interósseos e a estrutura óssea. Essa dinâmica de forças e alavancas assegura a eficiência mecânica necessária para movimentos complexos e variados.

2. Liste e descreva os principais tipos de articulações presentes na mão, como as articulações intercarpal, carpometacarpais, metacarpofalângicas, interfalângicas proximais e distais.

A mão abriga diversos tipos de articulações, cada qual desempenhando papéis essenciais na funcionalidade manual. As articulações intercarpais conectam os ossos do carpo, promovendo movimentos sutis e contribuindo para a estabilidade. As articulações carpometacarpais ligam o carpo aos metacarpos, sendo especialmente destacada a articulação do polegar, que proporciona ampla mobilidade e viabiliza a oposição. As articulações metacarpofalângicas, por sua vez, unem os metacarpos às falanges proximais, permitindo flexão, extensão, abdução e adução dos dedos. Por fim, as articulações interfalângicas, classificadas em proximais e distais, interligam as falanges, viabilizando flexão e extensão, movimentos indispensáveis à funcionalidade digital. Essas estruturas, em sinergia, garantem força e precisão nas atividades manuais.

3. Analise como essas articulações contribuem para a amplitude de movimento e a funcionalidade da mão.

As articulações da mão atuam de forma integrada para garantir ampla amplitude de movimento e funcionalidade precisa. As intercarpais fornecem estabilidade e ajustam pequenos deslocamentos, enquanto as carpometacarpais, especialmente no polegar, permitem maior mobilidade e oposição essencial. As metacarpofalângicas e interfalângicas, por sua vez, possibilitam movimentos como flexão, extensão, abdução e adução, sendo indispensáveis tanto para ações delicadas quanto para tarefas que demandam força. Em conjunto, essas articulações asseguram destreza, força e adaptabilidade nas atividades diárias e nos esforços mais complexos.

4. Discuta possíveis patologias ou condições que podem afetar essas articulações e suas implicações para a cinesiologia e biomecânica da mão.

Diversas patologias podem comprometer as articulações da mão, afetando diretamente sua funcionalidade biomecânica e a cinesiologia dos movimentos. Condições como osteoartrite e artrite reumatoide causam degeneração ou inflamação articular, limitando a amplitude de movimento e gerando dor crônica. A síndrome do túnel do carpo pode impactar articulações carpometacarpais ao comprimir o nervo mediano, reduzindo a força e a coordenação. Traumas, como fraturas ou luxações, frequentemente provocam instabilidade articular ou deformidades que afetam o alinhamento e as forças biomecânicas. Cada uma dessas condições exige uma abordagem clínica precisa, buscando restaurar a funcionalidade e minimizar impactos na qualidade de vida do paciente.